

Конспект занятия  
«Всемирный День Здоровья»

Выполнила:  
воспитатель  
МБДОУ «ДС № 2 г. Челябинска»  
Семченко Т.М.

**Цель:** формирование понимания здорового образа жизни.

**Задачи:**

1. познакомить детей со значимостью Всемирного Дня здоровья;
2. развивать логическое мышление, память, связную речь, активный словарный запас, двигательную активность;
3. воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

**Оборудование:** тематические иллюстрации; ноутбук, компьютерная презентация; теннисная ракетка; бумажный шарик, мячик - 2 шт., кегли - 2 шт., обруч - 2 шт.

**Ход занятия.**

1. Организационный момент.

Что дороже всех на свете,  
И ни купишь на планете,  
Молоко ты пей коровье,  
Это деточки - ... (*здоровье*).

- Ребята, а здоровы ли вы, дорогие мои? Хорошее ли у вас сегодня настроение? Я очень рада, что у вас все отлично! В народе говорят «Здоровому человеку все здорово». Здоровый человек красив, он легко преодолевает трудности, с ним приятно общаться. Он умеет по-настоящему работать и отдыхать.

2. Основной этап.

**Беседа «Моё здоровье»**

- Ребята, что значит быть здоровым? (*Ответ детей*) Делать утреннюю зарядку, соблюдать режим дня, заниматься спортом, закаляться, соблюдать чистоту, правильно питаться, то есть вести здоровый образ жизни. 7 апреля во всём мире отмечается Всемирный День здоровья, который призывает всех людей на нашей планете вести здоровый образ жизни.

**Презентация «7 апреля - Всемирный День Здоровья».**

**Загадки про ЗОЖ.** (Тематические иллюстрации, беседа по иллюстрациям после каждого ответа)

Чтоб быть здоровым без заминок,  
Ешь побольше ... (*витаминов*).  
С мылом чистой водой  
Руки мой перед ... (*едой*).  
Есть полезно разные продукты,  
Вот, к примеру, овощи и ... (*фрукты*).  
В деревне где-то далеко  
Даёт корова ... (*молоко*).  
Яйцо - такой кружок,  
Есть в нём белок, а есть - ... (*желток*).

Салат заправить им так классно!  
Вкусно растительное ... (*масло*).  
Это бодрость и здоровье  
Это радость и веселье  
Плюс хорошая фигура  
Вот что значит ... (*физкультура*).  
Чтобы со здоровьем не расстаться,  
Надо всегда вовремя ... (*питаться*).

Вот такой забавный случай!  
Поселилась в ванной - туча.  
Дождик льётся с потолка  
Мне на спину и бока.  
До чего ж приятно это!  
Дождик тёплый, подогретый.  
На полу не видно луж.  
Все ребята любят ... (*душ*).

- Молодцы, ребята! С загадками вы справились. Я приглашаю всех вас поиграть в интересные подвижные игры.

### ***Разминка***

Раз, два - мы считаем  
И шагаем, и шагаем.  
Три, четыре, три, четыре,  
Руки в стороны пошире.  
А теперь все потянулись,  
Оглянулись, улыбнулись.  
Вместе дружно все присели,  
Потом встали, полетели.  
Чтоб здоровым, сильным быть  
Со спортом мы должны дружить!

### **Эстафеты. (1,2)**

*Воздушный шарик на ракетке.* Надо отбивать ракеткой воздушный шарик и дойти до определенного места и вернуться на место. Если шарик упал, его кладут обратно и продолжают идти. Идти без шарика нельзя!

*Планета Земля.* Участники по верху передают большой мяч (Планета Земля) назад. Последний участник берет мяч и встает первым и начинает передавать мяч назад.

### ***Игра на внимание.***

- Проведём игру на внимание. Слушайте вопросы, которые я буду задавать. Если ответ отрицательный то все молчат, а если положительный отвечают хором фразой: «Это я, это я, это все мои друзья».

Кто ватагою веселой каждый день шагает в школу?  
Знает кто, что красный цвет означает «Хода нет»?  
Кто из вас из малышей ходит грязный до ушей?  
Кто маме любит помогать по дому мусор рассыпать?  
Кто одежду бережёт, под кровать её кладёт?  
Кто ложится рано спать в ботинках грязных на кровать?  
Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?  
Кто, из вас идя, домой, мяч гонял по мостовой?  
Кто любит в классе отвечать, аплодисменты получать?

### **Эстафета. (3)**

*Беговая эстафета.* Участник с мячом бежит змейкой (между кеглями), огибает их и обратно, передает мяч другому участнику.

### **Игра с мячом «Горячая картошка».**

### 3. Заключительный этап. Рефлексия.

- Ребята, здоровье – это счастье в жизни любого человека. У каждого человека есть желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, энергию и долго жить. Надеемся, что игры, которые сегодня я для вас проводила будут для вас полезны. Ведь если будешь здоров, то всего добудешь! Будьте здоровы!

- Какое настроение у вас в конце занятия? *(Ответы детей)*